

Wege der Meditation – Exerzitien

Leitung: **Miriam Blümel**
Begleitung: **Martina Gallmetzer**
Ort: **Domicilium Weyarn**
Termin: **Do, 23.02. 18 Uhr bis So, 26.02.2017, 14 Uhr**



„Alles beginnt mit einer Sehnsucht“ (Nelly Sachs). Oft verspüren wir den Wunsch nach Ganzsein, Versöhnung, Orientierung, nach Sinn und Einheit in unserem Leben. Dies kann zum Ausgangspunkt für Exerzitien werden. Schweigend werden wir aufmerksam und achtsam auf das, was an Wahrnehmungen auftaucht aus unserem Leib, unseren Gefühlen, unseren Beziehungen, unserer Lebensgeschichte. Wir üben, darin zu verweilen, ohne zu bewerten im Wissen, dass Gott in allem zu uns reden kann. Im täglichen Begleitgespräch werden diese Wahrnehmungen und die unterschiedliche Qualität innerer Impulse gemeinsam betrachtet. Sie werden unterschieden nach destruktiven und solchen, die uns heilsam führen wollen zu einem erfüllenden und glücklichen Leben. Wer so lernt, vor Gott alles zuzulassen, die dunklen wie die hellen Seiten, Erfolg wie Versagen, wird Verwandlung, Heil- und Ganzwerden erfahren.

Curriculum

- Einführung und geschichtlicher Hintergrund der Exerzitien
- Sensibilisierende Formen der Körperarbeit
- Biblische Meditationen
- Gottes Gegenwart in allen Dingen wahrnehmen
- Lebensförderliche und lebensfeindliche Impulse unterscheiden lernen
- Reflexion der Erfahrungen im Begleitgespräch

Empfohlene Lektüre

- Gerhard Munderlein (Hrsg): Achtsame Wege. Erfahrungen evangelischer Christen mit den Exerzitien des Ignatius von Loyola. München 1999
- Peter Köster SJ: Zur Freiheit befähigen. Kleiner Kommentar zu den Großen Exerzitien des hl. Ignatius. Leipzig 1999
- Clemens Schaupp: Gott im Leben entdecken
- Antony de Mello, Meditieren mit Leib und Seele. Neue Wege der Gotteserfahrung. Kevelaer 1984

Mehr zu Miriam Blümel

Jg. 1953, von 1975 bis 1997 Mitglied eines kontemplativen Ordens (Karmelitin OCD), Ausbildung als Exerzitienbegleiterin (1994 bis 1996) und geistliche Begleiterin bei Dr. Paul Imhof SJ (Frankfurt) und Elisabeth Häuser (München), von 1995 bis 2003 Studium der kath. Theologie und der Sozialpädagogik in Benediktbeuern, derzeit tätig als Sozialpädagogin, Exerzitienbegleiterin und Theologin im Bereich Meditation, geistliche Begleitung, Besinnungstage.

Mehr zu Martina Gallmetzer

Seit 1997 Kontemplationslehrerin (Beauftragung von Willigis Jäger/Wolke des Nichtwissens und WFdK), langjährige Leitung von Retreats. Gründungsmitglied (1998) und ständige Mitarbeit im „Zentrum Tau“ (www.zentrum-tau.it). Psychosynthese-Counselor (SIPT-Florenz) und Counselor-Supervisor bei AssoCounseling-Italien. Mitglied des Ausbildungsteams für Religiös-Spirituelle Counselor (RSC) und Einzelbegleitung im Zentrum Tau. Transpersonale Prozessarbeit und Co-Leitung bei Richard Stiegler (D), Schule für Seele und Sein. Yogalehrerin.